5.137 Polievka zo zeleného hrášku s mliekom
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	15,00	15,00	17,00	17,00	19,00	19,00	21,00	21,00
mlieko	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	4,00	4,00
olej	0,10	0,10	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
múka hladká	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
hrášok sterilizovaný b. n.	3,00	3,00	3,00	3,00	3,50	3,50	3,50	3,50
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
petržlenová vňať čerstvá	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07	0,10	0,07
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Hladkú múku nasucho opražíme, pridáme olej, premiešame, zalejeme vodou a dobre rozšľaháme. Pridáme odkvapkaný hrášok, soľ a varíme ešte s pridaním mlieka a masla 20 minút. Podávame so závarkou.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	265	64	2,70	2,9	0,9	6,2	0,8	56,7	0,5	0,047	0,1	0,1	4,6	0,0
B	283	68	2,70	3,4	1,2	6,2	0,8	58,4	0,5	0,047	0,1	0,1	4,6	0,0
C	335	80	2,94	4,4	1,8	6,8	0,9	61,4	0,6	0,052	0,1	0,1	5,2	0,0
D	406	97	3,38	5,6	2,5	7,9	0,9	75,4	0,6	0,054	0,1	0,1	5,2	0,0